ஆத்மாவை அறி!



சுவாமி பிரபஞ்சநாதன்

ஸ்ரீ குருப்யோ நம:

ஆத்மாவை அறி!

(கட உபநிஷதம் பகுதிகள்)

தொகுப்பு

சுவாமி பிரபஞ்சநாதன்

ஸ்ரீ குருப்யோ நம:

ஆத்மாவை அறி!

(கட உபநிஷதம் பகுதிகள்)

ந ஜாயதே ம்ரியதே வா விபச்சித்
நாயம் குதச்சித் ந பபூவ கச்சித் |
அஜோ நித்ய: சாச்வதோSயம் புராணோ
ந ஹன்யதே ஹன்யமானே சரீரே ||

பிறப்பிறப்பற்றது. நிகரற்றது, எதனாலும் உண்டானதில்லை, பிறப்பற்றது, என்றென்றும் இருப்பது, நிலையானது, பழமையானது, அழியக்கூடிய உடலில் அழியாதது.

ஆத்மாவினைப் பற்றிப் எமதர்மன் பேசுகின்றார்.

ஹந்தா சேன்மன்யதே ஹந்தும்
ஹதச்சேன் மன்யதே ஹதம் |
உபௌ தௌ ந விஜானீதோ
நாயம் ஹந்தி ந ஹன்யதே ||

அடிப்பவன் அடிப்பதாக நினைத்தால், அடி படுபவன், அடிக்கப்பட்டதாக நினைத்தால் அந்த இருவருமே

அறியாதவர்கள். அது (ஆத்மா) அடிப்பதுமில்லை. அடி படுவதுமில்லை.

அடிப்பது, அடிக்கப்படுவது என்பதெல்லாமே உடலைச் சார்ந்தது. ஆத்மா உடலில் உறைந்தாலும் உடலைச் சார்ந்தது அல்ல. வலியோ வேதனையோ உடலுக்குத்தானே தவிர அத்மாவிற்கு இல்லை.

இதனை எப்படி நடைமுறைப்படுத்துவது?

மனிதனாக உயிரோடு இருக்கும் வரை உடல் இருக்கிறது. அந்த உடலைச்சார்ந்தே உயிர் வாழ்க்கையும் இருக்கிறது.

நான் ஆத்மா என்று உணர்வதால் வலி இல்லாமல் போகுமா?

அப்படி சுரணையிழந்து வாழ்வதுதான் உயர்வாழ்வா?

உயிர் உள்ளவரை உடலும் இருக்கும். உடல் இருப்பதால் வலியும் இருக்கும். ஆனால், நாம் நம்மை உடலாக மட்டுமே பார்க்கும் போது வலி மட்டுமல்லாமல் வேதனையும் சேர்ந்து கொள்ளும்.

அடி பட்டதால் உடலில் ஏற்பட்டது வலி. அது சற்று நேரத்தில் மறைந்து போகும். ஆனால், அடி பட்டதனால் உண்டாகும் வேதனை, 'நான் அடிக்கப் பட்டேன்' 'எதிர்த்து தடுக்க முடியவில்லை' என்ற வேதனை மனதின் பதிவு.

இந்த மனதின் பதிவும் வலியைப் போலவே சிறிது நேரத்தில் மறைவதாக இருந்தாலோ, வெறும் பதிவாக இருந்தாலோ, பெரிய பாதிப்பு ஒன்றுமில்லை.

ஆனால், மனதில் ஏற்படும் இந்தப் பதிவுகள், ஆழ்மனதில் பதிந்து வினைப்பதிவுகளாக நம்மை பிறவிகள் தோறும் நம் உணர்ச்சிகளையெல்லாம் மீறி ஆட்டிப்படைக்கும்.

மேலும். பிறவிகள் பல ஏற்படுவதற்கும் இந்தப் பதிவுகளே காரணமாகும்.

உடலாகத் தன்னைக் காணாமல் ஆத்மாவாகக் காணும் ஒருவனுக்கு இந்த மன வலி இல்லாததால் பதிவுகள் இருப்பதில்லை.

அணோரணீயான் மஹதோ மஹீயான்
ஆத்மாSஸ்ய ஜந்தோர் நிஹிதோ குஹாயாம் |
தமக்ரது: பச்யதி வீதசோகோ
தாதுப்ரசாதான் மஹிமானமாத்மன: ||

அணுவை விட சிறியதும், பெரியதற்கெல்லாம் பெரியதுமான ஆத்மா இந்த உயரினங்களின் இதயக்குகையில் உள்ளது. அறிவாலன்றி, ஆதாரமான ஆத்மாவின் அருளால் அதன் மகிமையைக் காண்கிறவன் கவலைகளைக் கடக்கிறான்.

அணுவை விட சிறியது என்று சொல்லிவிட்டு பெரியதற்கெல்லாம் பெரியது என்றால் எப்படி?

ஆத்மா என்பது சக்தி. அணுவிற்குள் சக்தி அடங்கியிருப்பதால் அணுவை விட சிறியது.

அதே சமயம் மிகப் பெரியதான பொருட்களிலும் சக்தி நிறைந்திருப்பதால் அது பெரியதற்கெல்லாம் பெரியதாகிறது.

அத்தகைய ஆத்மாவை தன் மனதை விசாரிக்காமல் ஒருவன் அறிய முடியாது. ஆத்மா தன் மகிமையைத் தானே மனதிற்கு உணர்த்தினாலன்றி ஆத்மாவைக் காண முடியாது.

அவ்வாறு ஆத்மாவின் மகிமையை உணர்பவன் கவலைகளைக் கடக்கிறான்.

ஆசீனோ தூரம் வ்ரஜதி சயானோ யாதி ஸர்வத:
கஸ்தம் மதாமதம் தேவம் மதன்யோ ஜ்ஞாதுமர்ஹதி

வெகுதூரமான இடத்தில் உள்ளது. படுத்த நிலையில் எங்கும் செல்கிறது. நம்பிக்கைகளைக் கடந்தது. ஒளிமயமானது. அதனை அறிவதற்கு என்னைத் தவிர வேறு யார் தகுதியுள்ளவன்?

தூரமான இடம்: ஆத்மா இதயக்குகையில் உறைந்தாலும், உலகியலில் உள்ளவர்களுக்கு இதயக்குகையே (ஆகாயத்தை) தேட வேண்டியதாக உள்ளதால் ஆத்மாவின் இருப்பிடம் தூரம் எனப்படுகிறது.

எங்கும் செல்கிறது: தூக்க நிலையில் ஆத்மா, விழிப்பு நிலையில் பார்த்ததும் பார்க்காததுமான பலதுமாகத் தானே

மாறி தானே அனுபவிக்கிறது. கனவு நிலையிலோ ஒரு பிரபஞ்சத்தையே உருவாக்கி அனுபவித்து மகிழ்கிறது.

இதுவே ‘படுத்துக்கொண்டிருக்கும் போது எங்கும் செல்கிறது’ என்று குறிப்பிடப்படுகிறது.

என்னைத் தவிர: மரணம் மட்டுமே ஆத்மாவை அறிவதற்கு எளிய வழி. மரணத்தின் போது புலன்களோ, புத்தியோ, மனமோ எதுவும் இயங்குவதில்லை. இவற்றிற்கு ஆதாரமான ‘நான்’ எனும் உணர்வும் இல்லை. இவ்வாறு சகலமும் ஒடுங்கிய ஒரு நிலையிலேயே ஆத்மா வெளிப்படும்.

எதுவும் இயங்குவதில்லை என்பதால் இங்கு கைப்பிடித்து அழைத்துச் செல்ல யாராலும் முடிவதில்லை. மரணதேவனே இந்த நிலையில் அருகில் இருப்பவன் என்பதால் ஆத்மாவை அறிவதற்கு உதவிட அவன் ஒருவனே தகுதியானவன் ஆகிறான்.

அசரீரம் சரீரேஷு அனவஸ்தேஷு அவஸ்திதம்
மஹாந்தம் விபுமாத்மானம் மத்வா தீரோ ந சோசதி

உடல்களில் உடலற்றது, நிலையற்றவற்றில் நிலையானது, என்றும் மகிமை வாய்ந்தது, எங்கும் நிறைந்தது என்ற புத்தி விழிப்புற்றவன் ஆத்மா அறிந்து கவலை நீங்கப்பெறுகின்றான்.

ஆத்மா உடலற்றது, நிலையானது, எங்கும் நிறைந்தது. இவ்வாறான ஆத்மாவே தான் என்ற விழிப்புணர்வு பெற்றவன்

அத்தகைய ஆத்ம உணர்வால் கவலைகளை விட்டுவிடுகிறான். அவன் கவலைப்படுவதற்கு எதுவுமில்லை.

நாளை உணவு கிடைக்காதோ என்ற எண்ணம் கவலையைத் தருகிறது. நாளை இறந்து விடுவோமோ என்ற பயம் கவலையைத் தருகிறது. அதாவது, வாழ்க்கையில் நிகழும் மாற்றங்களே கவலையையும் பயத்தையும் தருகின்றன.

தானாகிய ஆத்மா எங்கும் நிறைந்தது, உடலற்றது, நிலையானது என்பதால் கவலைகளுக்கான காரணம் இல்லாமல் போகிறது.

நாயமாத்மா ப்ரவசனேன லப்யோ
ந மேதயா ந பஹுூ னா ச்ருதேன |
யமேவைஷ வ்ருணுதே தேன லப்யஸ்
தஸ்யைஷ ஆத்மா விவ்ருணுதே தனூம் ஸ்வாம் ||

அந்த ஆத்மா சொற்பொழிவுகளால், பலவற்றைக் கேட்பதால், புலமையினால் அடையப்படுவதில்லை. யார் (அந்த) ஆத்ம ஞானத்திற்காக முழுமையாக திறந்தபடி இருக்கிறானோ, அவனே அடைகிறான். அவனுக்கு அந்த ஆத்மா தானே தன் இயல்பை வெளிப்படுத்துகிறது.

முழுமையாக திறந்து இருத்தல் என்பது முக்கியமானது.

ஏதோ பொழுது போக்காகவோ அல்லது துக்கம் தாங்காமல் வாழ்க்கையை எதிர்கொள்ள முடியாமல் வெறுத்தோ இருப்பவனுக்கு ஆத்ம ஞானம் கிடைப்பதில்லை.

பிறர் கருத்தால் தன் மூளையை நிரப்பிக்கொண்டு தான் எதை பிரம்மம் என்று நினைத்துக்கொண்டிருக்கிறானோ அதை எதிர்பார்க்காமல், உள்ளது உள்ளபடி உணரும் திறந்திருத்தல் முக்கியமானது.

தன் மனம், செயல், உயிர் சக்தி என்று எல்லாவற்றிலும் அந்த ஆத்ம தரிசனத்திற்காகவே காத்திருப்பதே முழுமை.

நாவிரதோ துச்சரிதாத் நாசாந்தா நாஸமாஹித
நாசாந்தமானஸோ வாபி ப்ரஜ்ஞானேன ஏனமாப்னுயாத்

வைராக்கியம் இல்லாதவன், தீய பழக்கங்கள் உள்ளவன், அமைதியற்றவன், சமத்தன்மை இல்லாதவன், மனச் சலனங்கள் உள்ளவன், அறிவுப் புலமையையே சார்ந்திருப்பவன் இந்த ஆத்மாவை அடைவதில்லை.

இவர்கள் அடைவதில்லை என்று சொல்வதால், ஆத்ம ஞானத்தை அடைந்திட ஒரு மனிதன் எவ்வாறு இருக்க வேண்டும் என்பதை உணர்த்துகிறான் எமதர்மன்.

யஸ்ய ப்ரஹ்ம ச க்ஷத்ரம் ச உபே பவத ஓதன
ம்ருத்யுர் யஸ்யோஸேதனம் க இத்தா வேத யத்ர ஸ:

யாருக்கு உடல் வலிமையும் அறிவும் உணவாக உள்ளதோ, மரணம் ஊறுகாயாக உள்ளதோ, இத்தகைய ஆத்மாவான அதனை எங்குள்ளது என்பதை அறிந்துகொள்.

உடல் வலிமையையும், புத்தியையும் சார்ந்தே ஆத்மா இருக்க முடியும் என்பதால் அவை ஆத்மாவிற்கு உணவாகக் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

மரணம் ஆத்மாவை உணர்வதற்கு எளிய வழியாக இருப்பது. உண்ணும்போது உணவுத்தேவையை உணர வழி வகுப்பது ஊறுகாய். எனவே மரணம் ஆத்மாவிற்கு ஊறுகாயாக இருக்கிறது எனப்பட்டது.

இவ்வாறான ஆத்மா எங்குள்ளது என்பதை அறிந்துகொள் என்பதன் மூலம் முந்தைய ஸ்லோகத்தில் உணர்த்தப்பட்டபடி இருக்க வேண்டும் என்பது வலியுறுத்தப்படுகிறது.

உபநிஷத மகிமையை சொல்லும் **'பலச்ருதி'** ஸ்லோகங்களும் **'எமதர்மன் உபதேசித்தது'** என்பது போன்ற வார்த்தைகளும் இதனை உறுதி செய்கின்றன.

ரிதம் பிபந்தௌ ஸு க்ருதஸ்ய லோகே
குஹாம் ப்ரவிஷ்டௌ பரமே பரார்த்தே |
சாயாதபௌ ப்ரஹ்மவிதோ வதந்தி
பஞ்சாக்னயோ யே ச த்ரிணாசிகேதா ||

செயல்களின் பலனை அனுபவிக்கின்ற இருவர், உடம்பினுள் மேலான நுண்ணியதான இதயக்குகையில் புகுந்தவர்கள், வெயிலும் நிழலும் போன்றவர்கள், ஆத்ம அனுபூதி பெற்ற மகான்களும் பஞ்சாக்னி தவத்தினை செய்தவர்களும் அகமுகமாக நசிகேத யாகத்தைச் செய்தவர்களும் கூறுகின்றார்கள்.

செயல்களின் பலன் ஆத்மாவை பாதிப்பதில்லை என்பது பதிவுகளைப் பற்றியது. செயல்களின் பலனாகக் கிடைக்கின்ற உடல் பலம், அறிவு பலம், மன உறுதி, மரணம் போன்றவை ஆத்மா, உடல் இரண்டையுமே சென்றடைகின்றன.

'வெயிலும் நிழலும் போல்' என்பதன் மூலம் இரண்டையும் பிரிக்க முடியாது. உடல் இன்றி ஆத்மா தனித்தியங்க தளம் இல்லை. ஆத்மா இல்லாமல் உடல் இயங்க முடியாது.

வெயிலும் நிழலும் இவ்வாறே ஒன்றில்லாவிட்டால் மற்றதற்கு மதிப்பில்லாமல் போகும். ஒரு நாணயத்தின் இரு பக்கங்களைப் போன்றவை வெயிலும் நிழலும்.

'மகான்களும், பஞ்சாக்னி தவசிகளும், நசிகேத வித்தை செய்தவர்களும் சொல்கிறார்கள்'

பஞ்சாக்னி தவம் என்பது நான்கு புறமும் அக்னி சூழ்ந்திருக்க தலையில அக்னியோ அல்லது சுட்டெரிக்கும் சூரிய வெப்பமோ இருக்க செய்யப்படும் தவமாகும்.

அதர்வ வேதத்தின் 'சிரோ வ்ரதத்திற்கு' நிகரானது. இந்த தவத்தை ஆத்ம தரிசனம் செய்தவரல்லாதவர்கள் இயற்றுவது கடினமானதாகும்.

ய: ஸேதுரீஜானானாம் அக்ஷரம் ப்ரஹ்ம யத் பரம்
அபயம் திதீர்ஷதாம் பாரம் நாசிகேதம் சகேமஹி

எது பின்பற்றுபவர்களுக்கு பாலம் (போன்று) அழிவற்றதும், பயமற்றதும், மேலானதுமான மறுகரையை அடைய விரும்பும் யாருக்கும் (ஆகும்) நசிகேத வித்தையை செய்ய வல்லவர்கள் ஆவோம்.

மனித வாழ்க்கைப் பயணம் இந்த ஸ்லோகங்களில் ஒரு தேர்ப் பயணத்திற்கு ஒப்பிடப்பட்டுள்ளது.

உயர்ந்ததும் ஆழமானதுமாக உண்மைகள் இந்த உவமையால் எளிமையாக காட்டப்படுகின்றன.

ஆத்மானம் ரதினம் வித்தி சரீரம் ரதமேவ து
புத்திம் து சாரதிம் வித்தி மன: ப்ரக்ரஹமேவ.

ஆத்மாவைத் தேரில் பயணம் செய்பவனாகவும், உடலை தேராகவும், புத்தியை சாரதியாகவும் அறிந்து கொள், மனமே கடிவாளம் என்று அறிந்து கொள்.

இந்த்ரியாணி ஹயானாஹு : விஷயாம்ஸ் தேஷு கோசான்
ஆத்மேந்த்ரிய மனோயுக்தம் போக்தேத்யாஹு ர் மனீஷிண:

புலன்கள் குதிரைகள், உலகப் பொருட்கள் பாதைகள் என்று சொல்கிறார்கள். ஜீவன் இந்தப் பயணத்தை அனுபவிப்பவன் என்று மகான்கள் கூறுகின்றார்கள்.

இந்த இரண்டு ஸ்லோகங்கள் தேரின் உருவகத்தைக் கொடுத்தன. பின்வரும் ஸ்லோகங்கள் பயணம் பற்றிப் பேசுகின்றன.

யஸ்த்வவிஜ்ஞானவான் பவதி அயுக்தேன மனஸா ஸதா
தஸ்யேந்த்ரியாணி அவச்யானி துஷ்ட்டாச்வா இவ ஸாரதே.

யார் விழிப்புறாதவனாக, எப்பொழுதும் பிளவுபட்ட மனம் உடையனாக இருக்கிறானோ, அவனது புலன்கள் சாரதிக்கு கட்டுப்படாத முரட்டுக் குதிரைகள் போல ஆகின்றன.

யஸ்;து விஜ்ஞானவான் பவதி யுக்தேன மனஸா ஸதா
தஸ்யேந்த்ரியாணி வச்யானி ஸதஸ்வா இவ ஸாரதே:

யார் விழிப்புற்றவனாக, ஒருமைப்பட்ட மனதுடன் இருக்கிறானோ அவன் புலன்கள் தேரோட்டிக்கு அடங்கிய சாதுக் குதிரைகள் போல ஆகின்றன.

ஒருமைப்பட்ட மனம் கூர்மையானது. அதன் கட்டளைகளும் கூர்மையாகவே வரும் என்பதால் புலன்கள் தாமாகளே ஒரு கட்டுப்பாட்டிற்குள் வந்துவிடுகின்றன.

யஸ்த்வவிஜ்ஞானவான் பவதி அமனஸ்க: ஸதாSசுசி:
ந ஸ தத் பதமாப்னோதி ஸம்ஸாரம் சாதிகச்சதி

யார் விழிப்புறாதவனாக, எப்பொழுதும் அடங்காத எண்ணம், மற்றும் சொல் உடையவனாக, தூய்மையற்றவனாக இருக்கிறானோ அவன் அந்த மேலானதை அடைவதில்லை. அவன் மேலும், மேலும் சம்சாரத்தில் உழல்கிறான்.

யஸ்து விஜ்ஞானவான் பவதி ஸமனஸ்க: ஸதா சுசி:
ஸ து தத் பதமாப்னோதி யஸ்மாத் பூயோ ந ஜாயதே

யார் விழிப்புற்றவனாக, எப்போதும் அடங்கிய எண்ணம் மற்றும் சொல் உடையவனாக, தூயவனாக இருக்கிறானோ அவன், எங்கிருந்து மீண்டும் பிறப்பதில்லையோ அந்த மேலான பதத்தை அடைகிறான்.

விஜ்ஞானஸாரதிர் யஸ்து மன: ப்ரக்ரஹவான் நர:
ஸோऽத்வன: பாரமாப்னோதி தத் விஷ்ணோ: பரமம் பதம்.

யார் விழிப்புற்ற (புத்தியுடைய) தேரோட்டியாகவும், கடிவாளமாகிய மனத்தைக் கைப்பற்றியவனாகவும் இருக்கிறானோ அவனே பாதையின் முடிவை அடைகிறான். அது இறைவனின் மேலான இருப்பிடம்.

தேர்ப் பயணமும் வாழ்க்கையும்

தேரில் ஒருவன் பயணம் செய்கிறான். தேரோட்டி ஒருவன் உள்ளான். அவன் கடிவாளத்தைப் பிடித்திருக்கிறான். ஐந்து குதிரைகள் தேரை இழுக்கின்றன. தேர் செல்லும் பாதை ஒன்று உள்ளது.

இது தேர்ப் பயணம்.

நமது வாழ்க்கைக்கு உதாரணமாக இது கூறப்பட்டுள்ளது.

ஆன்மா - பயணம் செய்பவன்
புத்தி - தேரோட்டி
மனம் - கடிவாளம்
புலன்கள் - குதிரைகள்
உலகப் பொருட்கள் - பாதை



தேர்ப் பயணம் தரும் செய்தி

பயணம் உலகப் பொருட்களாகிய சாலை வழியாகத்தான் சென்றாக வேண்டும். அதாவது உலகப் பொருட்களிலிருந்து, உலகிலிருந்து விலக முடியாது. நாம் எதைச் செய்ய வேண்டுமானாலும் உலகப் பொருட்களுடன் வாழ்ந்தபடியேதான் சாதிக்க வேண்டும்.

பயணத்தின் வேகமும் வெற்றியும், குதிரைகளைப் பொறுத்து அமைகிறது. குதிரையின் வேகம் கடிவாளத்தால் கட்டுப்படுகிறது. கடிவாளத்தின் இயக்கம் தேரோட்டியைப் பொறுத்தது. எனவே பயணத்தின் வெற்றியோ தோல்வியோ தேரோட்டியால் நிர்ணயிக்கப்படுகிறது.

குதிரைகளுடன் (புலன்களுடன்) போராடுவதாலோ கடிவாளத்தில் (மனதில்) மாற்றங்களைச் செய்வதாலோ எந்தப் பயனும் இல்லை.

தேரோட்டி (புத்தி) திறமைசாலியாக இருந்தால் பயணம் எவ்விதத் தடங்கலுமின்று நடைபெறும்.

தேரோட்டி தூங்கிக்கொண்டிருந்தால் பயணம் என்னவாகும்?

இதுவே சாதாரணமாக நம் வாழ்க்கையில் நிகழ்ந்துகொண்டிருக்கிறது.

புலன்கள் தங்கள் போக்கில் போகின்றன. மனம் கட்டவிழ்ந்து பல திசைகளில் பரந்து கிடக்கிறது. ஏனெனில் புத்தி விழிப்புறவில்லை. இந்த நேரத்தில் தேரோட்டியாகிய புத்தியை எழுப்புவதே நாம் செய்ய வேண்டியது.

அதை விட்டுவிட்டு மனத்துடனோ, புலன்களுடனோ போராடுவதினால் பெரிதாக எந்தப் பலனும் கிடைப்பதில்லை.

புத்தியை எழுப்புதல் அல்லது புத்தி விழிப்படைதல் என்றால் என்ன?

சாதாரணமாக அறிவு மூன்று நிலைகளில் செயல்படுகிறது -

இயல்புணர்ச்சி, 2. அறிவு, 3. உள்ளுணர்வு.

இயல்புணர்ச்சி:

ஒரு குறிப்பிட்ட சூழ்நிலையில் இயல்பாக எழுகின்ற உணர்ச்சி, வாத்துக்குஞ்சு நீந்துவதும், குருவிகள் கூடுகட்டுவதும் யாரும் கற்றுக்கொடுத்ததல்ல. பிறவியிலிருந்தே இவை அவற்றிடம் இயல்பாக உள்ளன.

அதுபோல ஒவ்வொரு மனிதனிடமும் இயல்பாகக் காணப்படுகின்ற இயற்கையான மனப்போக்குகளே இயல்புணர்ச்சி. இது ஆழ்மனத்திலிருந்து வருவதால் பொதுவாக தவறுவதில்லை.

பொதுவாக, இதற்கேற்பவே ஒருவன் தனது வாழ்க்கைச் சூழ்நிலைகளை எதிர்கொள்கிறான். எனினும் இது நமது ஆதிக்கத்தின் கீழ் இல்லாததால் நாம் விரும்பிய விதத்தில் இதனைப் பயன்படுத்த முடிவதில்லை.

அறிவு:

புற உலகிலிருந்தும், வாழ்க்கை அனுபவங்களிலிருந்தும் பெறுகின்ற அறிவு, புற உலகைச் சார்ந்திருப்பதால் இந்த அறிவு தவறாக இருக்கவும் வாய்ப்பு உண்டு. எனவே இதனை முழுமையாக நம்பி நாம் செயல்பட முடியாது.

உள்ளுணர்வு:

கற்றறிவு, கேட்டறிவு போன்ற எந்தப் புற உபகரணங்களின் துணையும் இன்றி உணர்வின் ஆழங்களிலிருந்து எழுகின்ற அறிவு இது. இது ஒரு போதும் பொய்ப்பதில்லை, இந்த உள்ளுணர்வு விழிக்கப் பெற்றவர்களே படைப்பாளிகளாக இருந்தார்கள்.

இது எல்லோரிடத்திலும் செயல்படத் தொடங்கவில்லை. கல்வி, விஞ்ஞானம், கலை, மதம் என்று எந்த துறையை எடுத்தாலும் அவற்றின் உன்னத சிகரங்களுக்கான வாசலாகத் திகழ்கிறது உள்ளுணர்வு.

இது விழிப்பதே அறிவு விழிப்பது.

இதை புத்தியோகம் என்று கீதை **(2.49-58)** கூறுகிறது.

இந்த்ரியேப்ய பராஹ்யர்த்தா: அர்த்தேப்யச்ச பரம் மன:
மனஸஸ்து பரா புத்தி: புத்தோராத்மா மஹான் பர:

புலன்களைவிட உலகப் பொருட்கள் வலிமையானவை. உலகப் பொருட்களைவிட மனம் வலிமையானது. மனதைவிட புத்தி வலிமையானது. புத்தியைக் காட்டிலும் வலிமையானதும் மகிமை வாய்ந்ததும் ஆத்மா.

உலகப் பொருட்கள் புலன்களைக் கவர்ந்து திசை திருப்புவதால் உலகப் பொருட்கள் புலன்களைவிட வலிமையானதென்று குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது.

அடங்காத ஒன்றை அடக்க வேண்டும் என்றால் அதனினும் வலிமையானதை நாம் நாட வேண்டும். இங்கே புலன்களுக்கு உலகப்பொருட்களும், உலகப் பொருட்களுக்கு மனமும், மனதுக்கு புத்தியும் வலிமை வாய்ந்ததாக உள்ளன.

இதனால்தான் முந்தைய ஸ்லோகம் **'விழிப்புற்ற புத்தியும், புத்தியின் வசப்பட்ட மனமும்'** மட்டுமே அந்த மனிதனை மேலான இடத்திற்கு சேர்க்க வல்லவை என்று குறிப்பிட்டது.

விழிப்புற்ற புத்தி ஆத்மாவை அறியும்.

வசப்பட்ட மனமோ தனக்கு வசப்பட்ட உலகப் பொருட்களையும் அவற்றிற்கு வசப்பட்ட புலன்களையும் கொண்டிருக்கும்.

அதாவது தேரோட்டும் சாரதி விழிப்புற்றிருப்பதால் அவன் பயணம் செய்யும் ஆத்மாவை அறிவான், அவன் வசப்பட்ட கடிவாளம் குதிரைகளைக் கட்டுபடுத்தி சரியான பாதையில் செல்ல வைக்கும்.

இதனால் பயணம் இனிமையாகவும் சரியானதாகவும் அமையும்.

மஹத: பரமவ்யக்தம் அவ்யக்தாத் புருஷ: பர:
புருஷான்ன பரம் கிஞ்சித் ஸா காஷ்ட்டா ஸா பரா கதி.

மகிமை வாய்ந்த ஆத்மாவே மேலானது, ஆத்மாவிற்கு ஆதார சக்தி மேலானது. ஆதார சக்திக்கு ஆதாரமான இறைவன் மேலானவர். இறைவனை விட மேலானது எதுவுமில்லை. அவரே எல்லை. அவரே மேலானப் புகலிடம்.

ஏஷ ஸர்வேஷு பூதேஷு{
கூடோ(ஆ)த்மா ந ப்ரகாசதே |
த்ருச்யதே த்வக்ர்யயா புத்த்யா
ஸுக்ஷ்மயா ஸுக்ஷ்ம தர்சிபி ||

எல்லா உயிர்களிலும் மறைந்துள்ள இந்த ஆத்மா வெளிப்பட்டு தெரிவதில்லை. ஒருமைப்பட்ட நுண்ணிய புத்தியால் மகான்களே (அதனை) காண்கிறார்கள்.

ந தத்ர ஸூர்யோ பாதி ந சந்த்ர தாரகம்
நேமா வித்யுதோ பாந்தி குதோயமக்னி |
தமேவ பாந்தமனுபாதி ஸர்வம்
தஸ்ய பாஸா ஸர்வமிதம் விபாதி ||

அங்கே சூரியன் ஒளிர்வதில்லை, சந்திரனும் நட்சத்திரங்களும் ஒளிர்வதில்லை, மின்னல் ஒளிர்வதில்லை.

இந்த அக்கினி எப்படி ஒளிர முடியும்?

ஒளிர்கின்ற அறிவை அனுசரித்தே மற்ற அனைத்தும் ஒளிர்கின்றன. அனைத்தும் அதன் பிரகாசத்தால் ஒளிர்கின்றன.

ஆன்ம அனுபூதி என்பது சாதாரண கண்களால் காணக்கூடிய ஒரு புறக்காட்சி அல்ல என்று இங்கே கூறப்படுகிறது.

அனைத்தையும் காண ஒரு விளக்கின் வெளிச்சம் தேவை.

சூரியனைக் காண விளக்கு தேவையா?

தேவையில்லை.

ஏனெனில் சூரியனின் பிரகாசத்தால்தான் அனைத்தும் ஒளிர்கின்றன.

அதுபோல, அறிவின் பிரகாசத்தால் நாம் அனைத்தையும் காண்கிறோம்.

உலகப் பொருட்களைக் காண்பதற்கு உதவுகின்ற சூரியன், சந்திரன், நட்சத்திரங்கள் அனைத்தும் பிரகாசிப்பது அறிவுப் பிரகாசத்தால்தான்.

எனவே ஆன்ம (அறிவு) ஒளியைக் காட்ட இந்த ஒளிகளால் இயலாது.

பொதுவாக ஒளி, காட்சி என்றெல்லாம் படிக்கும்போது அது சாதாரணமாக நாம் காண்கின்ற ஒளியைப் போன்றது, அதைவிடப் பேரொளியானது என்றெல்லாம் எண்ணிக்கொள்கிறோம்.

ஆனால் உண்மை அதுவல்ல.

பெட்ரோமாக்ஸ் விளக்கிலிருந்து வருகின்ற ஒளி போன்றதல்ல ஆன்ம ஒளி. அல்லது அறிவுப் பிரகாசம் என்பது.

அனைத்தையும் நாம் அறிந்துகொள்வது ஆன்ம ஒளி என்ற அறிவுப் பிரகாசத்தால்தான்.

இந்த ஒளி நாம் காண்கின்ற ஒளி அல்ல.

அதாவது, பௌதீக ஒளி அல்ல. ஒரு அனுபவம்!

ஆன்ம அனுபூதி, இறையனுபூதி என்பது ஓர் அனுபவம்.

இது உணர வேண்டியது. உணர்ந்து அனுபவிக்க வேண்டியது.

மற்ற புறக் காட்சிகள் போல அதனைக் காண முடியாது.

அன்பு, இரக்கம், இன்பம் போன்றவற்றை யாரும் காண முடியாது, அனுபவிக்கவே முடியும்.

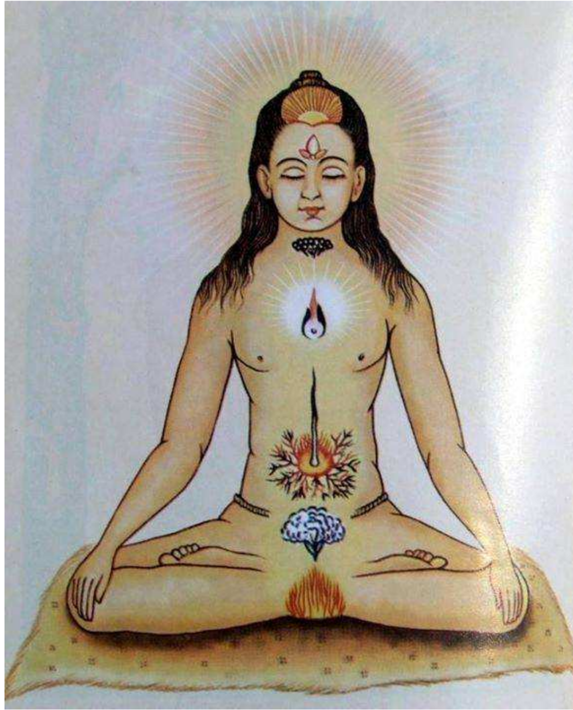
அதுப்போல, ஆன்ம அனுபூதியையும் அனுபவிக்க முடியுமே தவிர காண முடியாது.

இதையே ஸ்ரீகிருஷ்ணர் அர்ஜுனனிடம், உனது இந்தக் கண்ணினால் என்னைப் பார்க்க இயலாது. எனவே உனக்கு என்னுடைய (அறிவுக்கண்) தெய்வீகக் கண்ணைத் தருகிறேன் என்று கூறுகிறார். (கீதை, 11.8)

அந்த அறிவை (ஆத்மாவை) அறிவது எப்படி?

இந்த 'தேர்ப் பயண' உவமை எதற்காக?

அதன் செயல்முறை என்ன?



அறிவை (ஆத்மாவை) அறியும் செயல்முறை

யச்சேத்வாங்மனஸீ ப்ராஜ்ஞ
தத் யச்சேத் ஜ்ஞான ஆத்மனி |
ஜ்ஞானமாத்மனி மஹதி நியச்சேத்
தத் யச்சேத் சாந்த ஆத்மனீ ||

சாதாரண நிலையில் உள்ள மனிதன் தன் அறிவை விழிப்படைய வைக்கவும், விழிப்புற்ற அறிவால் ஆத்மாவை உணரவும் என்ன செய்ய வேண்டும்?

அதன் செயல்முறை என்ன?

இந்த செயல்முறை மிக முக்கியமானதும், எளிமையானதுமாகும். புத்தியை விழிப்புறச் செய்ய எத்தனையோ சாதனை முறைகள் இருந்தாலும் இது எளிமையானதும், வலிமையானதும் கூட.

முதலில் இறைநாட்டமுள்ளவன் பேச்சை மனதில் ஒடுக்க வேண்டும். அந்த மனதை எண்ணங்கள் அற்ற நிலைக்கு குறைக்க வேண்டும். எண்ணங்கள் குறைந்த மனம் நிர்விகல்ப நிலைக்கு சென்று விடும். விகல்பமற்ற மனதில் அறிவு பிரகாசிக்கும்.

இதற்கு முதலில் பேச்சை மனதில் ஒடுக்க வேண்டும். பேச்சு என்பது இரண்டு வகைப்படும். வாயசைத்து நாவசைத்து பேசும் வெளிப்பேச்சு ஒன்று, நாவசைக்காமல் இருக்கும்போதும் எழுந்து அடங்கும் எண்ணங்களின் இரைச்சல் மற்றொன்று.

வெளிப்பேச்சை நிறுத்திவிடலாம். உள்பேச்சை, மனதின் இரைச்சலை என்ன செய்வது?

நாவின் அசைவும் எண்ணங்களின் தோற்றமும் நேரிடையாக தொடர்புடையன. வெளிப்பேச்சை நிறுத்தியதோடு நாவின் அசைவையும் கட்டுப்படுத்தினால் மனதின் சலனங்கள் குறையும். இந்த நிலையில், எழும் எண்ணங்களை சாட்சியாகப் பார்க்க, எண்ணங்கள் ஒடுங்க ஆரம்பிக்கும்.

எண்ணங்களை சாட்சியாகப் பார்த்து ஒடுக்குவதால் எண்ணங்கள் ஒடுங்குவதோடு நம் வினைப்பதிவுகளும் அழியத்துவங்கும்.

வினைப்பதிவுகள் எண்ணங்களாலும் உணர்ச்சிகளாலுமே வலிமைப் பெறுகின்றன. எண்ணங்கள் குறைந்தால் வினைப்பதிவுகள் வலுவிழக்கும். வினைப்பதிவுகள் அழிவதால் தடைகள் விலக ஆரம்பிக்கும்.

சாட்சியாக நின்று எண்ணங்களை விசாரித்துப் பார்த்து குறைக்கும் போது, அறிவு விழிப்படையும். அறிவு விழிப்புற ஆத்மா பிரகாசிக்கும்.

ஆத்மா வெளிப்பட மனம் ஒடுங்கும்.

மனம் அழிந்து, அறிவு நுண்ணியதாகிட, ஆத்ம தரிசனம் உண்டாகும். தரிசனத்தால் மனம் ஆத்மாவில் ஒடுங்கும். மனம் ஒடுங்கினால் விழிப்புணர்வு (அறிவு) மட்டுமே எஞ்சி நிற்கும்.

வெறும் விழிப்புணர்வாக சலனமற்றிருக்க, இறைநிலை வாய்க்கும்.

மனம் எண்ணங்கள் அற்ற நிர்விகல்ப நிலைக்குச் செல்ல வேண்டும். மனம் அடங்க அறிவு விழிப்படையும், விழிப்புற்ற அறிவே ஆத்மாவை தரிசிக்கும்.

அவ்வாறு ஆத்ம தரிசனம் பெற்று ஆத்ம ஞானியாகி மரணமற்ற பெருவாழ்வு பெறுவதே மனித வாழ்வின் இலட்சியம்.

இதை எவ்வாறு செய்ய வேண்டும்?

அதற்கு, மனதினை **“நான் ஆத்மா”** என்று திடமாக நம்பவைக்க வேண்டும்.

ஆரம்பத்தில், அமைதியாக ஒரு இடத்தில் அமர்ந்து தன்னைத் தானே (மனதினால்) நான் யார்? என்று விசாரிக்கத் தொடங்கும் போது, இந்த மனம் பலகோணங்களில் சிந்திக்கவும், வெளிப்படுத்தவும் முயற்சிக்கும்.

அப்பொழுது எல்லாம் அந்த எண்ணங்கள் யாருக்கு வருகின்றது? என்பதை மீண்டும், மீண்டும் விசாரிக்கத் தொடங்கியவுடன், மனம் எனக்கு என்று கூறும்.

அப்படியானால், நான் யார்? என்று மீண்டும் அந்த மனதிடம் கேள்விகளை கேட்கும் போது, அது இன்னார், இன்னார் என்று தன்னை வெளிப்படுத்த முயற்சிக்கும்.

இவ்வாறு வெளிப்படும் எண்ணங்களை **“அது நான் அல்ல”, “அது நான் அல்ல”** என்று, உதிக்கின்ற ஒவ்வொரு எண்ணங்களையும் விசாரித்து, எண்ணங்களை சாட்சியாகப் பார்த்து ஒடுக்குவதால், எண்ணங்கள் ஒடுங்குவதோடு நம் வினைப்பதிவுகளும் அழியத்துவங்கும்.

இதை தினசரி அப்பியாசத்தினால், நீக்கி வரும் பொழுது, நாளடைவில் மனம் அடங்கி, தன் உண்மை சொரூபமான ஆத்மாவில் லயமாகும்.

அதுவரை விடாமுயற்சியாக உதிக்கும் அனைத்து எண்ணங்களையும் நீக்கிக்கொண்டே வந்து, எண்ணங்கள் அற்ற நிர்விகல்ப நிலைக்கு மனம் செல்லும் போது அறிவை (ஆத்மாவை) கண்டு கொள்ளும்.

இது போன்று, உள்முக விசாரணையில் தொடர் பயிற்சியாக நடைபெறாமல் மனம் தன் பதிவுகளை அவ்வளவு எளிதாக மாற்றிக்கொள்ளாது.

ஆகவே, உடனடியாக மனதை விசாரிக்கும் உள்முக விசாரணைக்கு வர வேண்டும். வந்தால் மட்டுமே தன்னை அறிவது என்பதுகூட அவசியமில்லை என்ற உண்மை நிலை உருவாகும்.

இருப்பது அது மட்டுமே!

ஓம் தத் சத்!

ஆத்மாவை அறி!



சுவாமி பிரபஞ்சநாதன்